

Hay cosas que debe saber para entender qué es el cáncer de mama, cuáles son sus probabilidades de contraerlo y cómo detectarlo en sus etapas iniciales. La detección temprana del cáncer de mama es fundamental porque, cuando se detecta a tiempo, es más fácil de tratar. Lea para obtener más información sobre los síntomas comunes del cáncer de mama y la mejor manera en que muchas mujeres lo detectan en forma temprana.

## ¿Qué es el cáncer de mama?

El cáncer de mama es el segundo cáncer más común entre las mujeres, después del cáncer de piel. Es una enfermedad en la que las células de la mama crecen sin control.

Las células cancerosas también se pueden diseminar o hacer *metástasis* a otras partes del cuerpo.

## DETECTAR SALVA VIDAS

- La detección temprana del cáncer de mama mejora drásticamente los resultados del tratamiento.
- Aproximadamente, a 1 de cada 8 mujeres se le diagnosticará cáncer de mama a lo largo de su vida.
- Cada dos minutos, se diagnostica un caso de cáncer de mama en una mujer, y cada 13 minutos, una mujer en los EE. UU. pierde la vida a causa del cáncer de mama.
- La tasa de supervivencia de 5 años de las mujeres diagnosticadas con cáncer de mama en estadio temprano (cáncer confinado a la mama) es ahora del 99%. Sin embargo, las mujeres con cáncer de mama metastásico (cáncer que se diseminó más allá de la mama y cerca de otros órganos) tienen una tasa de supervivencia de 5 años del 27%.

## ¿Qué síntomas debo tener en cuenta?

Algunas señales de advertencia del cáncer de mama son:

- Protuberancia nueva en la mama o en la axila.
- Engrosamiento o inflamación de una parte de la mama.
- Irritación o formación de hoyuelos en la piel de los senos.
- Enrojecimiento o piel escamosa en la zona del pezón o en la mama.
- Tracción del pezón hacia adentro.
- Secreción del pezón distinta de la leche materna, incluida la sangre.
- Cualquier cambio en el tamaño o la forma de la mama.
- Dolor en la mama.

Estos síntomas pueden presentarse con otras afecciones que no son cáncer. Si nota alguno de estos síntomas, hable con su proveedor de atención médica de inmediato.

## ¿Qué puedo hacer para detectar el cáncer de mama en forma temprana?

La prueba de detección del cáncer de mama consiste en examinar las mamas de una mujer para ver si hay cáncer antes de que aparezcan signos o síntomas de la enfermedad.

Una *mamografía* es una radiografía de la mama. Los médicos usan una mamografía para buscar signos tempranos de cáncer de mama. El Grupo de Trabajo de Servicios Preventivos de los Estados Unidos (USPSTF) recomienda que la mayoría de las mujeres que corren un riesgo promedio y tienen entre 50 y 74 años se sometan a uno cada 2 años. Las recomendaciones del USPSTF establecen que las mujeres con un padre, un hermano o un hijo con cáncer de mama corren un mayor riesgo de padecer cáncer de mama y podrían beneficiarse si comienzan a hacerse las pruebas de detección a los 40 años. Es importante considerar los beneficios y los riesgos de las pruebas de detección al pensar en sus opciones de detección. Si tiene entre 40 y 49 años, hable con su proveedor de atención médica acerca de cuándo empezar a hacerse las pruebas de detección.



## ¿Le preocupa que no pueda pagar mamografía?

La mayoría de los planes de seguro médico cubren el costo de las mamografías de detección. Si tiene ingresos bajos o no tiene seguro, puede calificar para hacerse una **mamografía GRATUITA o de bajo costo** a través del Programa de detección temprana del cáncer de mama y cuello uterino de Alabama.

Programa de detección temprana del cáncer de mama y cuello uterino de Alabama

Para obtener información de referencia o de elegibilidad: escanee el código QR, llame al 1-877-252-3324 o visite [www.alabamapublichealth.gov/bandc](http://www.alabamapublichealth.gov/bandc)



## ¿Qué puedo hacer para reducir mis probabilidades de tener cáncer de mama?

Una de las cosas más importantes que puede hacer para reducir el riesgo de cáncer de mama es conocer su riesgo de cáncer de mama. Hable con su médico acerca de lo que eso significa para usted.

El médico considerará los factores que **no** se pueden cambiar, como:

- Su historial personal de problemas mamarios.
- Los antecedentes familiares de cáncer de mama.
- La densidad de las mamas (la cantidad de tejido conectivo y adiposo en las mamas).
- Su edad. La mayoría de los cánceres de mama se detectan después de los 50 años.
- Su historial menstrual y de parto.
- Su historial de radioterapia dirigida al tórax o las mamas.
- Si tomó el medicamento dietilestilbestrol (DES), que se administró a algunas mujeres embarazadas en los Estados Unidos entre 1940 y 1971, para prevenir un aborto espontáneo, usted corre un mayor riesgo. Las mujeres cuyas madres tomaron DES durante el embarazo también corren un mayor riesgo.
- Si usted o sus familiares cercanos tienen mutaciones (cambios) conocidas en los genes del cáncer de mama (BRCA1 o BRCA2). Las mujeres que han heredado estos cambios genéticos tienen un mayor riesgo de padecer cáncer de mama y ovario. Solo sabrá si tiene una mutación si se ha hecho una prueba genética. Incluso si no hay genes anormales cuando se hacen las pruebas, es importante conocer los antecedentes familiares ya que no conocemos todos los genes que causan el cáncer de mama.

El médico también considerará los factores que **pueden** modificarse, como cualquier uso de reemplazo hormonal.

## Estas son algunas cosas que puede hacer para reducir su probabilidad de tener cáncer de mama:

- Mantenga un peso saludable.
- Realice actividad física con regularidad.
- No beba alcohol o limite las bebidas alcohólicas a no más de una por día.

Para obtener más información sobre el cáncer de mama, visite [www.alabamapublichealth.gov/bandc](http://www.alabamapublichealth.gov/bandc).

